Rok I. Warszawa, 26 Czerwca 1906 r. № 4.

RUCH

— DWUTYGODNIK, —
POŚWIĘCONY SPRAWOM WYCHOWANIA FIZYCZNEGO I WOGÓLE NORMALNEGO ROZWOJU CIAŁA.

wychodzi 11 i 26 każdego miesiąca pod redakcyą Wład. R. Kozłowskiego.

Przedpłata roczna wynosi w Warszawie rb. **2.40**; z przesyłką pocztową rb. **3.40** w Austryi **8** koron. Przedpłata półroczna w odpowiednim stosunku.
Cena numeru pojedyńczego kop. **12** w Warszawie i kop. **15** z przesyłką pocztową.
Za redakcyę odpowiedzialny we Lwowie: dr. Eugeniusz Piasecki.

W sprawie przedpłaty i ogłoszeń zwracać się należy do administracyi i ekspedycyi „RUCHU“, które się mieszczą w księgarni p. f. E. Wende i S-ka w Warszawie, Krakowskie Przedmieście, 9. Dla Galicyi i Poznańskiego administracyę objęła księg. H. Altenberga we Lwowie.

Wszystkie artykuły są płatne. Pp. autorów miejscowych prosimy o zgłaszanie się do redaktora po odbiór honoraryum najdalej w przeciągu 3 miesięcy od daty wydrukowania artykułów. Autorom zamiejscowym honoraryum będzie w terminie właściwym przesyłane.

Adres redakcyi: **Wilcza 38, m. 12.** Redaktor przyjmuje: we wtorek od g. 4—5 w., w czwartek od g. 6—7 w. i w sobotę rano do g. 10½.

Treść numeru 4-go „RUCHU“.

Numer niniejszy składa się z 8 stron tekstu i 4 stron okładki.

„Ruch" wychodzi 11 i 26 każdego miesiąca w objętości 16 lub 8 stron prócz okładki. Na treść „Ruchu" składają się:

1. Artykuły, dotyczące wychowania fizycznego na postawach anatomii, fizyologii, hygieny i estetyki.

2. Rozbiór metod gimnastyki, pracy ręcznej, gier ruchowych, sportów, śpiewu i t. d.

3. Przegląd ich dziejowego rozwoju.

4. Wskazówki praktyczne do ich uprawiania i stosowania.

5. Przegląd sprawy wychowania fizycznego i, w związku z niem, estetycznego w kraju i zagranicą.

6. Kronika wybitnych przejawów w tej dziedzinie, tudzież w życiu stowarzyszeń, rozwojowi ciała poświęconych.

7. Bibliografia i krytyka.

8. Odpowiedzi redakcyi.

9. Ogłoszenia (na okładce barwnej).

W miarę potrzeby umieszczone bywają ilustracye.

„Ruch" ma zapewnione współpracownictwo najwybitniejszych sił swojskich i obcych. Zasilają pracami pismo nasze nietylko uczeni i fachowcy polscy, ale również cudzoziemcy. Wśród tych ostatnich znajdują się: prof. Franjo Buczar (Zagrzeb), insp. gimnast, Leon Dupont (Bruksela), K. A. Knudsen (Charlottenlund), dr. filoz. Fr. Knudsen (Kopenhaga), insp. slojdu Aksel Mikkelsen (Kopenhaga), rektor K. E. Palmgren (Sztokholm), dr. Frode Sadolin (Kopenhaga), prof. Gendo Tsuboi (Tokio) i inni.

Nader niska przedpłata—rb. 2 kop. 40 rocznie w Warszawie i o rubla drożej z przesyłką pocztową — umożliwia trzymanie „Ruchu" wszystkim, co się prawdziwie i poważnie interesują sprawą normalnego rozwoju ciała obecnego i przyszłych pokoleń.

*
* *

Treść numerów poprzednich „Ruchu."

Rok I. Warszawa, 26 Czerwca 1906 r. № 4.

RUCH

DWUTYGODNIK,

poświęcony sprawom wychowania fizycznego i wogóle normalnego rozwoju ciała.

OD REDAKCYI.

W nr. 2 pisma naszego zamieściliśmy „Kwestyonaryusz w sprawie wychowania fizycznego" i numer ten rozesłaliśmy wszystkim szkołom polskim prywatnym w Warszawie i na prowincyi. Odpowiedzi miały być przesyłane pod adresem redakcyi „Ruchu" najpóźniej do d. 20 czerwca r. b.

Dotąd na 100 wysłanych egzemplarzy otrzymaliśmy odpowiedzi 21 i niniejszem składamy za nie serdeczne podziękowanie tym, którzy na wezwanie nasze pospieszyć zechcieli. Zdawałoby się, iż kwestyonaryusz taki powinien był znaleść oddźwięk u tych, co wychowaniem młodzieży naszej kierują, i nie wątpimy, iż odpowiedzi w dalszym ciągu, choć spóźnione, odbierzemy; to też ponawiamy prośbę swą, nadmieniając, że i nadal z wdzięcznością odpowiedzi przyjmować będziemy i dopiero d. 1 sierpnia przystąpimy do ich opracowania i uogólnienia w odpowiednich artykułach.

Prof. J. Q. Chryssafis (Ateny).

Poglądy filozofów greckich na gimnastykę i porównanie jej z gimnastyką współczesną.

(Dalszy ciąg).

Zasady, postawione przez Platona i Arystotelesa, dają nam całkowitą podstawę, na której opierać się musi wychowanie fizyczne, mające zapewnić nam zdrowie, piękno i siłę, usprawnić młodzież do wszelakiej pracy oraz do znoszenia trosk pokoju lub wojny, a przez to mające całkiem ją poddać władzy państwa. (Politica, XIV, 156). Wszystkie zasad tych szczegóły, dotyczące praktycznego stosowania systemu, były starannie badane i rozwijane przez innych — ówczesnych i późniejszych — lekarzy, filozofów lub gimnastyków. Jednak tylko Galenowi, który był jednocześnie lekarzem, filozofem i gimnastykiem, udało się uzupełnić system gimnastyki przez ustalenie zasad gimnastyki leczniczej.

Dokonał tego tak jasno i gruntownie, iż nawet nowocześni uczeni niewiele dodać mogą do podanego przezeń systemu wychowania fizycznego.

W swej hygienie podkreśla naprzód Galen każdemu człowiekowi wrodzoną, czysto bezwiedną skłonność do ruchu; podnosi potem, że wszystkie części ciała mieć ruch powinny w odpowiednim stopniu i kolei. Wyjaśnia on i ustanawia różnicę pomiędzy ćwiczeniem a ruchem. Ćwiczenie powinno być zawsze zastosowane do wieku, budowy ciała i stanu zdrowia ćwiczącego, ponieważ ruch, łatwy dla jednego, może się stać nader trudnym, nawet niewykonalnym dla innego. (Hygiena II, 2—8). Wykazuje on ważność *punktu wyjścia* w ćwiczeniach dziennych i zachęca nauczyciela do zwracania uwagi na to wszystko, co pozwoli mu nie przekroczyć stopnia właściwego zmęczenia. W dociekaganiach swych Galen stosował nawet badanie moczu.

Galen dzieli cały zasób ćwiczeń na cztery grupy główne:

ruchy czynne, które zaleca ludziom zdrowym;

ruchy bierne, obejmujące wszelkiego rodzaju nacieranie i miesienie rękoma.

ruchy mieszane (czynnobierne), jak jazda konna lub na kołach i wszelkiego rodzaju trzęsienie;

ruchy łagodzące lub odciągające, które obejmują ruchy proste i łatwe, wykonywane w końcu wzorca, albo też po każdem ćwiczeniu wysiłkowem i nużącem, a to w celu przywrócenia w przejawach życiowych równowagi, straconej chwilowo w skutek zmęczenia; pragnął przez nie unikać przemęczenia.

Ruchy czynne obejmowały nietylko ćwiczenia dawne agonistyczne, lecz także ćwiczenia wolne, zwisy u linki lub belki poprzecznej, ćwiczenia z ciężarami, ćwiczenia nóg, ćwiczenia z oporem, ćwiczenia podwójne, chód, bieg, rozmaite ćwiczenia tułowia — wolne albo przy ścianie — sciamachia [1]); liczne gry w małą lub wielką piłkę, wreszcie ćwiczenia oddechowe i głosowe, zalecane gwoli wyrobieniu płuc i klatki piersiowej. Galen dzieli wszystkie te ruchy na grupy wedle rodzaju i wielkości pracy mięśniowej i zaleca nauczycielowi wielką oględność w wyborze ćwiczeń, dbałość o umiejętną zmianę i o nieprzekraczanie granicy zmęczenia możebnego. Mówi także o ruchach, właściwych rozmaitym rzemiosłom i porównywa je z ćwiczeniami metodycznemi. Wzorem Arystotelesa nie zaleca on wcale ruchów z tych rzemiosł, ponieważ przez ich wyłączne powtarzania zatraca się zgodność w kształtach ciała.

Według rodzaju i zakresu samej pracy mięśniowej dzielił Galen ruchy czynne na 4 grupy:

ćwiczenia natężone, albo ćwiczenia siły obejmowały: podnoszenie ciężarów, zwisy i wspony (wspinanie);

ćwiczenia szybkości polegały na szybkich ćwiczeniach biegu, grze w piłkę, ćwiczeniach wolnych oraz wstępie do boksowania;

ćwiczenia gwałtowne, zwane również ćwiczeniami natężonemi i złożonemi, obejmowały wszystkie niemal ćwiczenia agonistyczne, jako to: rzut krążka lub dzidy, bieg z ciążkami lub bez nich, zapasy i t. p.;

ćwiczenia oddechowe i hartujące uważane były przez Galena za najważniejsze z pośród ćwiczeń ciała.

---

[1]) Podobne do tego, co anglicy mają pod nazwą punching ball, t. j. boksowanie samotne, bez przeciwnika, z wielką piłką zwieszaną.

Miesienie stanowi również nader ważny punkt systemu gimnastycznego Galenowego. Wymienia on liczne jego rodzaje, uważając je za wyborny środek łagodzący, nawet dla zdrowych, zwłaszcza po ćwiczeniach więcej męczących; największe znaczenie przypisuje miesieniu suchemu bez tłuszczu, jedynie rękawiczką, suknem albo wprost gołą ręką. Ćwiczenia bierne przechodzi Galen z najdrobniejszemi szczegółami; żąda, ażeby wszystkie ruchy miały wpływ prostujący na postawę ciała, przy omawianiu zaś skrzywień kręgosłupa zaleca ruch jednostronny ku stronie przeciwnej, podobnie jak w czasach obecnych jest używany w metodach dzisiejszych.

Sięgając tak głęboko pod względem pojmowania istoty gimnastyki racyonalnej, nie mógł być Galen obojętny na sprawę wykształcenia uzdolnionych nauczycieli gimnastyki. Uznaje on, że dobry nauczyciel gimnastyki pominien posiadać dokładną zarówno praktyczną jak i teoretyczną znajomość wszystkich ćwiczeń, ażeby módz wybierać właściwe i używać ich wedle zdarzonej potrzeby. „Istnieje, twierdzi on, wielka różnica pomiędzy wykształconym kierownikiem gimnastyki a nieuświadomionym, co nie badał gimnastyki gruntownie, lecz zna jedynie jej praktyczne zastosowanie; różnica ta jest równie wielka, jak pomiędzy lekarzem a kucharzem."

Zwrócił też Galen uwagę na znaczenie przyjemności i zadowolenia podczas ćwiczeń. Napisał on nawet, oprócz wielkiej księgi o hygienie, osobną książeczkę o grze w piłce, przyznając jej wielkie znaczenie, a to dla wzbudzanego przez nią zainteresowania. „Najlepsze atoli są ćwiczenia gimnastyczne, łączące w sobie zarówno pierwiastek przyjemności, jak i wzgląd na zdrowie i piękno." Nie uznawał Galen bynajmniej rozmaitego rodzaju rozrywek ruchowych, wymagających wielkich kosztów i czasu wielkiego, np. polowanie, wyścigi konne lub jezdne, ponieważ zajmować się niemi mogą tylko bogaci lub mający wiele czasu wolnego. Jeszcze surowiej obchodzi się z przesadnem siłactwem: nazywa je środkiem złym i nienaturalnym, który niby pragnie utrzymać zdrowie, atoli osiąga zupełnie inne wyniki. W myśl tego zaklina nauczycieli gimnastyki, ażeby się nie gubili w drobiazgach bez znaczenia, lecz zwracali uwagę swą na całość. Umiejętność, zajmująca się człowiekiem ma dwa działy: gimnastykę i sztukę lekarską; gimnastyka atoli traci swą cechę naukową, jeżeli zaniedbuje główny swój cel wychowawczy; wtedy upada, stając się zajęciem złem, wrogą dla zdrowia kakotechnią (złą sztuką), wolnego obywatela niegodną.

(Dokończenie nastąpi).

SOKÓŁ.

Ile myśli zawiera wyraz ten czarodziejski, od dzieciństwa słyszany i oznaczający coś drogiego, tajemniczego, wzbronionego! Każdy z nas wzrastał z przekonaniem głębokiem o jego wielkiem znaczeniu, o roli w przyszłości... Widziany niekiedy obrazek stroju uroczystego lub proporca wznosił umysł dziecięcy na wyżyny szlachetnej fantazyi, budził miłość, dodawał wiary, krzepił nadzieję...

Potem widok „sokołów“ rzeczywistych nadzieję tę utrzymywał na krótko. Pod skalpelem prawdy naukowej sny fantazyi rychło się rozwiały, gdy życie kłam im zadawało. I widać było, że to szata zewnętrzna kryje nieudolną rzeczywistość...

Kto sny młodzieńcze zachował i pragnął je w życie wcielać, rychło dostrzegł, że inną drogą iść należy; nie krzykactwem, lecz wiedzą sterować się ku sile i mocy, co w przyszłości zaważy. Czuł, że ze snów pierwotnych ostała mara tylko, bez znaczenia i wartości: trzeba sny te młodości ponownie siłami świeżemi na rzeczywistości drogę skierować...

Atoli stała się rzecz dziwna... Sokół, długo się do lotu rwący w okowach, jak gdyby przyrósł do nich — niby zaczarowany, z miejsca się ruszyć nie może, choć podawnemu powtarza hasło, co naprzód iść zaleca...

Skrzepł, i skamieniał, i stoi niby świadectwo snów wielkich o sile olbrzyma, o mocy skały. Lecz przyszłość mu obca—postępu się boi...

Hej! druhy sokoły! zerwijcie okowy! okowy najgorsze bo własnej roboty! okowy przesądu, pychy i uprzedzeń...

Zwróćcie swe oblicza w stronę, skąd jutrzenka świta, gotowa wam drogę na życie dalsze wskazać, pracę waszą opromienić i owoce przez was upragnione zapewnić.

Porzućcie szlak zawodny zamozachwytu, który was na bezdroża prowadzi! wejdźcie na drogę samokrytyki, co was do celu prawdziwego zawiedzie!

I nie będziecie potrzebowali nawoływać, ani zaklęciem zjednywać: wszyscy przejrzą i w was uwierzą, bo wartość mieć będziecie.

I powiedziecie wszystkich, i wzmocnicie wszystko, i spełnicie sny zaranne, i olbrzymy stworzycie, dowodząc światu całemu, żeście sił ukrytych nie użyli na marne, lecz w życie prawdziwe przekuli...

Wasz sercem.

*
* *

Sokół w Warszawie. Już od kilku miesięcy czynione były przygotowania i starania około założenia Sokoła w Warszawie. Myśl odrazu zyskała szerokie przyjęcie ze strony publiczności i w paru miejscach odbywano nawet ćwiczenia sokole. Dopiero niedawno, w d. 11 b. m., zatwierdzono ustawę towarzystwa. Założycielami są: dr. Guirard, St. Popowski, Kl. Starzyński i i.

Towarzystwo zamierza podobno oprzeć się na ustawie Sokoła galicyjskiego, napisanej przed 30 laty, a więc i dla Galicyi już przestarzałej. Wobec tego, że w gronie założycieli przeważają zwolennicy starej rutyny, albo teoretycy bez znajomości gimnastyki, zapewne i Sokół warszawski błąkać się czas jakiś będzie po manowcach, zanim wejdzie na drogi, przez wiedzę tegoczesną wskazane. Oby to jak najkrócej trwało—tego mu całem sercem życzymy.

Sokół w Wilnie ulegalizowany został niedawno. Stowarzyszenie znalazło odrazu grunt dobry i zyskało już około 300 członków. Na prezesa powołano dr. Czarkowskiego. Postanowiono dążyć odrazu do budowy gmachu własnego. Oprócz uprawiania gimnastyki mają być też organizowane oddziały sportowe wyłączne, jak wioślarski, kołowy, gier towarzyskich i t. p. Ubolewać należy, że inicyatorowie i kierownicy Sokoła wileńskiego nie znają zapewne sprawy rozwoju cielesnego gdzieindziej, słychać bowiem, iż bezwzględnie wzorować się mają na Sokole galicyjskim i stamtąd czerpać wskazówki teoretyczne i praktyczne.

Sokół polski nad Newą. Wkrótce po ogłoszeniu manifestu 30 października grono polaków w Petersburgu powzięło myśl utworzenia towarzystwa gimnastycznego, któreby mogło zjednoczyć rozproszoną kolonię tamtejszą. Liczba członków płci obojga dosięga obecnie trzystu; na prezesa powołano prof. Józefa Ziemackiego. Towarzystwo uprawia obok gimnastyki, prowadzonej przez parę osób pod kierunkiem sokoła galicyjskiego, fechtunek, sztrzelanie, jazdę konną, wioślarstwo, kolarstwo, śpiew; nadto zamierzane są odczyty, pogadanki, wycieczki i przedstawienia amatorskie. Dla dziatwy ma być prowadzona gimnastyka osobna.

K. A. Knudsen (Charlottenlund w Danii).

Piękno ciała a zdrowie.

Czy można zestawić razem zdrowie i piękno ciała? Czyż piękno mieć może jakieś znaczenie, gdy mowa o normalnym rozwoju ciała? czy nie jest ono raczej rzeczą czysto zewnętrzną, a więc pozorną? Bynajmniej, wszystkie bowiem cechy pięknego ciała: swobodnie wzniesiona głowa, wypukłe piersi, prosty grzbiet, lekkie i zwinne ruchy — są zarazem niezawodnemi oznakami zdrowia i siły. Piękno i zdrowie nie dadzą się w właściwem swem znaczeniu jedno od drugiego oddzielić: osiągając w wychowaniu jedno, jednocześnie i drugie zyskujemy.

Czy jednak piękno ciała jest czemś równie wrodzonem, jak piękność twarzy? czy np. niepodobna tu dojść do jego zmiany?

Usposobienie wrodzone ma oczywiście w rozwoju ciała swe znaczenie, lecz zazwyczaj zapominamy o tem, iż może ono, pod wpływem wychowania i innych warunków, uledz przytłumieniu lub rozwinięciu; przecie nawet twarz nie bywa niezmienną. Wszak twarz piękna i kształtna stać się może zupełnie brzydką, gdy straci swą świeżość i zdrowie; z drugiej strony i twarz brzydka stać się może bardzo piękną, o ile zdrowy ma wygląd...

Współcześni ludzie tak się odzwyczaili od postrzegania pięknego ciała, iż najczęściej zwracają uwagę głównie na ubranie. Poczucie nasze piękna każe nam zazwyczaj dbać jedynie o szaty piękne a modne. Prawdziwą piękność ciała oceniać mamy sposobność wtedy tylko, gdy mamy przed sobą rzeźby mistrzów starogreckich, albo choćby Thorvaldsena; że piękność kształtów powinien każdy z nas żyjących posiadać — nad tem się nawet nie zastanawiamy.

Nie zastanawiamy się, bo rzadko się po temu zdarza sposobność.

A jednak się zdarza. Dowodnym tego przykładem znana rzeźba dłuta Bógebjerga, który odtwarzając gimnastyka J. P. Müllera [1] bez

---

[1] Autur znanej, a i w „Książnicy" naszej ocenianej książki p. t. „Kwadrans dziennie dla zdrowia, moja metoda hartowania dzieci i dorosłych"; patrz numer 2 „Ruchu".

sztucznych dodatków i z wiernością zupełną, dał nam jeden z najpiękniejszych okazów budowy ciała, jakie tylko w starożytnej Helladzie znaleśćby można.

Zresztą widzimy kształty naturalne ciała u kąpiących się lub pływających, a wtedy wybornie oceniać możemy wpływ ćwiczenia racyonalnego na rozwój prawidłowy ciała pięknego. W miarę wyćwiczenia kształty ciała stają się bliższe temu, co za ideał uważamy, dotąd odnajdywany w rzeźbach. Piękne i dobrze zbudowane ciało uważamy za najwyższe z dóbr doczesnych, a przecie, chociaż pozyskanie dobra tego tak jest łatwe, jakże mało o nie dbamy!...

Jeżeli potęga polityczna kraju nie zależy od jego obszaru, to również to samo można powiedzieć, że kultura i wartość narodu nietyle zależną jest od liczby jego synów, ile od ich zdrowego, sprawnego i pięknego ciała. I dalej rzec można, że każda głowa trzymana prosto, wzniesienie każde piersi, wyprostowanie każde grzbietu, wzmocnienie każdego ramienia — wszystko to składa się na jedno, na wzmocnienie i uszczęśliwienie kraju i narodu...

Jakże to osiągnąć?

Tak oczywiście, jak ogrodnik z drzewem, które chce mieć piękniejsze, prostsze, mocniejsze i płodniejsze: hoduje je, daje mu niezbędne warunki, na które go stać. Podobnież należy zawczasu racyonalnie i celowo kształcić ciało dziatwy i młodzieży.

A przecie kształcenie ciała w jego rozwoju przyrodzonym jest prostsze i łatwiejsze od kształcenia ducha.

Jeżeli zabiegamy o to, żeby wszyscy posiedli pewien stopień rozwoju umysłowego, wszyscy umieli czytać pisać — o ileż łatwiej osiągnąć można to, żeby wszyscy rozwijali swe ciało normalnie!...

Czynić to powinna szkoła, dając wychowańcom właściwe ćwiczenia ciała.

Oby ci, co tworzą programy dla kraju, umieli też w zabiegach swych o szczęście i postęp narodu uwzględniać sprawę normalnego rozwoju ciała zdrowego i pięknego...

(tłum. z duńskiego *K.)*

TARRO MYAKI.

Tarro Myaki, najznakomitszy dżyudżytnik japoński, bawił niedawno, już po raz wtóry w tym roku, w Paryżu, gdzie u Bostock'a mierzyli się z nim wszyscy przebywający w te n mieście siłacze, bokserzy i inni fachowcy w zapasach, ale nikt nie był w stanie uniknąć porażki. Brał za wieczór 1000 franków i pokonywał wszystkich przeciwników bez wyjątku. Niepokonany dotąd japończyk obiecał 25000 franków temu, komu w walce ulegnie, atoli dotąd bez skutku. Jedno z pism fachowych tak pisze o niezwykłym tym mistrzu: „Ten człowiek jest prawdziwą potęgą i doznaje się uczucia wstydu na widok, jak igra on z ludźmi olbrzymiej siły, zupełnie ich obezwładniając".

Ostatecznie Myaki dowiódł, że jest jedynym w swoim rodzaju i niepokonanym, zaś metoda japońska jest niezaprzeczenie najskuteczniejszym środkiem obrony wobec najsilniejszego przeciwnika.



Podobiznę Myakiego podajemy naszym czytelnikom. Napis z prawej strony odtwarza jego podpis japoński.

ZEWSZĄD.

Kijowskie polskie towarzystwo gimnastyczne, od roku już istniejące w fazie organizacyjnej, niedawno miało walne swe zgromadzenie, na którem zdawano sprawę z pracy przygotowawczej. Wkrótce potem, 9 b. m,. dopełniono wyboru zarządu. Na prezesa powołany został p. Ernest Herse, na naczelnika p. St. Hiszpański.

Towarzystwo zdołało zainteresować kolonię polską miejscową i pozyskało przeszło 300 członków. Działalność towarzystwa obejmuje, prócz gimnastyki (którą postanowiono uwzględniać przeważnie), sporty, zabawy, chóry, przedstawienia amatorskie, utrzymywanie książnicy, urządzanie odczytów—o wiele więc przekraczać będzie zakres nazwą wskazany; obawiać się nawet należy, że gimnastyka, pomimo postanowienia odnośnego, najmniej uwzględnianą będzie...

Aresztowanie turystów. Grono cyklistów z Warszawy i Łodzi wyruszyło na wycieczkę w okolice Sandomierza. W Opatowie podróżnicy zostali — jak donosi *Gazeta polska* — zaaresztowani z nakazu miejscowego naczelnika powiatu i, pomimo posiadanych dowodów legitymacyjnych, trzymani byli w areszcie kilkanaście godzin. Na przedstawienie, że urządzanie wycieczek jest przewidziane w ustawie odnośnych stowarzyszeń, naczelnik uzasadniał swój nakaz tem, że podczas stanu wojennego żadne wycieczki nie mogą być przedsiębrane.

Wycieczki sportowe zbiorowe, z powodu doniosłego swego znaczenia pod względem usprawnienia i rozwoju fizycznego zalecane są wszędzie w zakresie jak najszerszym i wszędzie też cieszą się poparciem władz odnośnych. W ciągu lata bieżącego zapewne zamierzane są i u nas wycieczki takie na większą skalę, byłoby więc pożądanem wyjaśnienie dokładne, gdzie i kiedy ludność o zakazie urządzania wycieczek była powiadamiana, jeżeli wogóle zakaz ten komukolwiek na co przydać się może...

Zapasy w piłkę nożną — zapewne pierwsze w Polsce — odbyły się w Krakowie podczas Zielonych Świątek, pomiędzy drużyną miejscową a lwowską. Palmę zwycięstwa przyznano lwowianom, co niewątpliwie wpłynie na większe jeszcze ich tą grą zainteresowanie.

Ofiara walki francuskiej. W jednym ze szpitali warszawskich znajduje się na kuracyi kilkunastoletni młodzieniec, który, w następstwie walki francuskiej ze swym kolegą, uległ zwichnięciu kręgosłupa. Zsunięty krąg zmiażdżył owemu młodzieńcowi mlecz pacierzowy, przez co spowodował kompletne porażenie kończyn dolnych, znieczulenie ich, bezwiedne oddawanie moczu i kału i szybko rozwijające się odleżyny. Choremu wskutek tych objawów grozi w niedalekiej przyszłości śmierć. Zabieg operacyjny nic tu zdziałać nie może. Kolega chorego — sprawca owego fatalnego wypadku — chwilami z rozpaczy odchodzi od zmysłów i grozi samobójstwem. Oto następstwa nierozumnego zapalania się do ćwiczeń atletycznych wśród młodzieży naszej, które na szczęście po wyjeździe atletów cyrkowych dziś już nieco ostygło.

Książnica „Ruchu."

18. C. A. Westerblad: Per Henrik Ling, en lefnadsteckning og naagra synspunkter, Stockholm.

Jakkolwiek o Lingu-ojcu pisano już wiele po szwedzku i w innych językach, książka rzeczona stanowi ciekawy przyczynek do charakterystyki osoby genialnego twórcy gimnastyki szwedzkiej i warta jest, by ją przeczytali ci z czytelników, którym nieobcą jest mowa rodzinna Linga.

19. Prof. Dr. A. Furtwängler: Die Bedeutung der Gymnastik in der griechischen Kunst. Leipzig.

W niewielkiej broszurce autor wykazuje związek, istniejący u greków pomiędzy sztuką a gimnastyką; bez tej ostatniej nie byłoby sztuki greckiej, rozwój bowiem sztuki poprzedzony wszędzie bywa dbałością o normalny rozwój ciała. Opierając się na tem autor snuje wnioski odpowiednie codo wychowania obecnego.

Druk A. Michalskiego, Chmielna 27. Redaktor i wydawca **Władysław R. Kozłowski.**

Druk A. Michalskiego, Chmielna 27. Redaktor i wydawca **Władysław R. Kozłowski.**